



pořádá

4. ročník závodu ve sportovní gymnastice „Včelínský dvojboj“

PROPOZICE:

Pro koho je soutěž určena:

Soutěž je určena pro oddíly sportovní gymnastiky, které se věnují SG na zájmové úrovni a trénují 1x – 2x týdně. Primárně pro SVČ, DDM, také pro oddíly sportovní gymnastiky tělocvičných jednot Sokol a gymnastické kluby splňující výše uvedenou podmínku, tj. trénují 1x-2x týdně (např. rekreační družstvo oddílu). Počet závodnic z jednoho oddílu není omezen. Soutěžit se bude na dvou nářadích – kladina (lavička) a prostná. Pořadí je určeno celkovou známkou z gymnastického dvojboje - známka z kladiny (lavičky) + známka z prostných.

Termín: 13. 11. 2021

Místo konání: Sportovní hala SD Sušil, Fryčajova 901, Bystřice pod Hostýnem,
49.4019242N, 17.6708125E

Pořadatel: Středisko volného času Včelín, příspěvková organizace

Závod zajišťují: ředitel závodu: Martina Sedlářová

hlavní rozhodčí: Petr Bílek

Kontakt SVČ Včelín: telefon: 731 162 816, 731 403 998, email – svcvcelin@centrum.cz,

Garant: Martina Sedlářová, tel. kontakt 777 288 138

Časový harmonogram: 8:30 – 9:30 prezentace závodnic (starší kategorie mohou mít prezentaci později - upřesnění po zaslání přihlášek)

9:30 – 9:45 porada rozhodčích a trenérů

8:00 – 9:45 volné rozcvičení

9:50 nástup všech závodnic po oddílech

10:00 zahájení závodu

Tělocvična otevřena od 8:00 hod.

STARTOVNÉ + PŘIHLÁŠKY:

Přihlášky jsou podle manuálu k ČSGH stanoveny na 3 termíny:

1. **TERMÍN DO 25. 10. 2021:** základní startovné: **150 Kč/1 závodnice**
2. **TERMÍN DO 1. 11. 2021:** zvýšené startovné: **200 Kč/1 závodnice**
3. **TERMÍN DO 8. 11. 2021:** zvýšené startovné: **250 Kč/1 závodnice**

KATEGORIE:

1. kategorie: 2015 a 2014 - starší příprava – 6 – 7 let
2. kategorie: 2013 – nejmladší žákyně „A“ – 8 let
3. kategorie: 2012 - nejmladší žákyně „B“ - 9 let
4. kategorie: 2011 - mladší žákyně „A“ - 10 let
5. kategorie: 2010 - mladší žákyně „B“ - 11 let
6. kategorie: 2009 - mladší žákyně „B“ – 12 let
7. kategorie: 2008 a 2007 - starší žákyně – 13 a 14 let
8. kategorie: 2006, 2005 a 2004 – 15, 16 a 17 let

Zařazení do kategorií podle roku narození, ne měsíce narození! Jako pořadatelé si vyhrazujeme právo při malém počtu přihlášených závodnic sloučit dvě nejbližší kategorie do jedné.

Podmínky účasti:

Včas zasláná **přihláška**. Podle bodu 1. 3. manuálu ČSGH pořadatel může omezit při velkém počtu závodnic počty závodnic z jednotlivých spolků.

Rozhodčí: Zúčastněné oddíly zajistí na svých 10 závodnic 1 rozhodčí, který/á rozhoduje po celý závod. Příklad: pro 1 - 10 závodnic 1 rozhodčí, 10 – 20 závodnic 2 rozhodčí atd.

V přihlášce uveďte příjmení, jméno, kvalifikaci, spolek a preferenci náradí, na kterém máte zájem rozhodovat. Pořadatel může při velkém počtu rozhodčích na jednom náradí rozhodčí přesunout na jiné.

S menšími oddíly a SVČ, které nemají vyškolené rozhodčí, je možno domluvit se individuálně.

Rozhodčí rozhoduje po celou dobu závodu podle **pravidel ČSGS** a úprav v tomto rozpisu.

Uveďte jméno a příjmení, kvalifikaci a nominaci na náradí.

Zdravotní stav doloží gymnastky zdravotním průkazem se způsobilostí k závodům. Závodnice, které nemají vyřízený průkaz, doloží písemným potvrzením rodičů/zákonných zástupců, že je dítě zdravé a schopné absolvovat závod.

Hudba je možná, ale musí být v požadovaném formátu. Všechny skladby z jednoho spolku na jedné flešce. Stejný formát platí pro MP 2021 a ČSGH 2021.

Popis souborů v MP3 : **rok narození závodnice**, mezera, **příjmení závodnice**, mezera, **jméno závodnice**, mezera, **spolek** - i známou zkratku spolku – např. Valmez, mezera, **příjmení trenéra**

PŘÍKLAD: 2006 FIALOVÁ JANA VALMEZ GROŠ

Medaile a věcné ceny pro první tři závodnice v kategorii. Všechny účastnice obdrží dárek a sladkou odměnu.

Rozcvičení: Volné rozcvičení před zahájením závodu 8:00 - 9:45 hod.

Náradí: kladina (lavička), prostná

1. a 2. kategorie: lavička – výška 20 cm, žíněnky a gymnastický koberec – délka 6 m

3., 4. a 5. kategorie: kladina - výška 40 cm, žíněnky a gymnastický koberec - délka 12 m

6., 7. a 8. kategorie: kladina – výška 100 cm, dopadová žíněnka na doskok a gymnastický koberec - délka 12 m

Občerstvení: Ve vestibulu bude otevřen bufet.

Nocleh: Ve sportovní hale není nocleh možný, ale v budově SVČ Včelín ano (50 Kč). V případě zájmu nás kontaktujte.

Podmínky vstupu dospělých osob (trenérů, rozhodčích a rodičů) do sportovní haly budou řešeny na základě aktuálních mimořádných opatření.

PROSÍME NASTUDOVAT MANUÁL ČSGH 2021 – platný od 1.9.2021a sestavený pro gymnastické závody jednotlivkyň dle pravidel ČSGS, které najdete na stránkách: www.gymsporty.cz

TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST.

V Bystřici pod Hostýnem 1. 10. 2021

Za tým SG SVČ Včelín, Martina Sedlářová

POVINNÉ POŽADAVKY – DLE PRAVIDEL ČSGS

1. a 2. KATEGORIE

LAVIČKA: volná sestava, 4 prvky – prvky bez hodnoty obtížnosti - hodnotí se provedení, nehodnotí se náskok a seskok, 4 prvky musí být zacvičeny na nářadí.

Známka D: 0,50 bodu za každý zacvičený a uznaný prvek (max. 2,00 body).

Známka E: z 10, 00 bodů (za 4 prvky), za každý chybějící prvek srážka 2,00 b.

PROSTNÁ (pás 6 m): volná sestava, stejné podmínky hodnocení jako lavička.

3. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

V sestavě se počítá 6 nejobtížnějších prvků sestavy - 5 + závěrečný prvek.

Za nesplněný požadavek srážka 0,5 bodu.

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 40cm):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. závěr prvkem

PROSTNÁ (pás 12 m):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. kotoul (např. vpřed, vpřed do roznožení, vzad, vzad do zášvihu, do stoje na rukou)

4. a 5. KATEGORIE

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav tomto rozpisu.

V sestavě se počítá 6 nejobtížnějších prvků sestavy - 5 + závěrečný prvek.

Za nesplněný požadavek srážka 0,5 bodu.

POŽADAVKY:

KLADINA (výška 40 cm):

1. gymnastický skok
2. obrat 180° na jedné noze
3. akrobatický prvek
4. závěr prvkem

PROSTNÁ (pás 12 m):

1. gymnastický skok
2. obrat – minimálně 360°
3. akrobatický prvek
4. závěrečný akrobatický prvek – jiný než požadavek 3

6. 7. a 8. KATEGORIE

Stejně požadavky jako u kategorií 4 a 5, liší se výška kladiny – 100 cm.

Hodnocení podle pravidel ČSGS a úprav v tomto rozpisu.

ÚPRAVA PRAVIDEL ČSGS PRO TENTO ZÁVOD

Akrobatické i gymnastické prvky musí být různé.

Na kladině nebude uplatňován požadavek z pravidel 3 akro, 3 gym prvky.

U všech kategorií se nepočítá čas sestavy.

Závodnice může zacvičit jakýkoliv prvek z pravidel ČSGS.

Výchozí známka jednotlivých kategorií:

Kategorie 3, 4, 5, 6, 7 a 8

6 prvků – bez srážky hodnocení známky E z 10,00 bodů

5 prvků – srážka 2,00 body (hodnocení známky E z 8,00 bodů)

4 prvky – srážka 4,00 body (hodnocení známky E z 6,00 bodů)

3 prvky – srážka 6,00 body (hodnocení známky E ze 4,00 bodů)

2 prvky – srážka 8,00 body (hodnocení známky E ze 2,00 bodů)

1 prvek nebo žádný prvek – srážka 10,00 bodů (hodnocení známky E z 0,00 bodů)